

Итак, как обычно вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией сделать свой ум более здоровым. В настоящий момент мы не знаем, насколько важно сделать наш ум более здоровым, но если мы этого не сделаем, наша ситуация будет становиться только хуже и хуже. Мы этого не понимаем. Когда доктора говорят нам, что у нас есть проблемы со здоровьем, если мы не будем осторожны, то наша ситуация будет все хуже и хуже, мы очень боимся этого. Мы принимаем это очень серьезно. Шантидева говорил о том, что когда мы сталкиваемся с болезнями нашего тела, мы очень серьезно это воспринимаем. Но хроническая болезнь омрачений – это болезнь, которой мы страдаем с безначальных времен, и до сих пор мы ее не рассматриваем всерьез. Поэтому очень важно расценивать болезнь нашего ума серьезнее, относиться к этому серьезнее, чем к здоровью нашего тела. Если состояние своего ума, здоровье своего ума вы расцениваете всерьез, тогда учение будет для вас эффективным. Если вы не думаете, что ваш нездоровый ум – это очень опасно и что вам нужно сделать свой ум более здоровым, в этом случае учение не будет эффективным. Так, вам нужно понимать, что ваши проблемы, даже физические проблемы связаны с нездоровым состоянием вашего ума. В нашей жизни нет деятельности более высокой, более значимой, чем решение проблем через укрощение ума. Укрощение ума – это самая важная деятельность, которой вы занимаетесь в жизни. Если во время получения учения вы немного укрощаете свой ум, ровно настолько вы обретае покой ума и создаете причины для своего долговременного счастья. Если вы отправляетесь в какое-то место, которое становится условием для проявления не укрощенного состояния вашего ума, тогда это очень опасно. Поэтому нужно быть очень осторожным и не ходить в те места, которые делают наш ум более диким, более негативным. Также еще одно условие, которое делает наш ум ненормальным, это алкоголь, нужно быть с этим очень осторожным. В буддизме алкоголь считается нехорошим не потому, что он вредит вашему телу, а из-за того, что он делает ваш ум по-настоящему очень глупым. Ваш ум достаточно глуп, но когда вы становитесь пьяными, то становитесь еще глупее.

Я расскажу вам один анекдот. Однажды три пьяных человека остановили такси. Таксист знал, что они все пьяные. Они сели в его машину, он ее завел и потом заглушил. И сказал: «Ну, все, мы приехали». Далее первый человек протянул деньги, второй сказал «спасибо», а третий дал ему пощечину. Тот спросил: «За что ты дал мне пощечину?» Он сказал: «В следующий раз не ездь так быстро, сегодня ты нас чуть не убил». Такова ситуация. Если вы становитесь пьяными, то вы поступаете таким образом.

А теперь что касается того учения, которое мы начали вчера. Вчера я вам объяснял, что представляет собой совокупность волевых импульсов. Также мы рассматривали ментальную совокупность. Итак, у вас уже появилось представление о пяти совокупностях. А теперь, если вас кто-нибудь спросит о том, что такое «я», вам нужно понимать, что не существует прочного «я». Вы знаете науку, и если вас кто-то спросит, что такое вода, вы знаете, что нет какой-то прочной воды. Люди, которые не обладают научными знаниями, думают, что вода существует как нечто прочное, то, на что можно указать пальцем: вот вода. Поскольку вы знаете науку, вы знаете, что вода – это название, которое дается соединению водорода и кислорода. Некоторые ученые говорят о том, что вода – это соединение кислорода и водорода, а те, кто изучает квантовую физику, говорят, что вода – это название, которое присваивается соединению кислорода и водорода.

Также и в буддизме в низших школах говорится, что собрание пяти совокупностей – это «я». Как, например, чай. Если вы вместе собираете чайный пакетик, кипяток, сахар, молоко, то все это превращается в чай, но по отдельности ни что из этого не является чаем. Как собрание вот этих отдельных компонентов представляет собой чай, так же в низших буддийских школах собрание пяти совокупностей: совокупность формы, ощущений, различий, волевых импульсов и ментальная совокупность, – вместе представляют собой

«я». Когда исследования проводят ученые квантовой физики, они говорят о том, что со стороны самого объекта вы ничего не можете обнаружить. Даже само собрание не является чаем. Все очень сильно зависит от субъективного обозначения. И это нечто очень похожее на то, что говорится в Мадхьямаке Прасангике. В Мадхьямаке Прасангике говорится, что даже если есть собрание пяти совокупностей, или собрание компонентов чая, которые собрались вместе, но при этом нет субъективного ума, который дает обозначение этому собранию, такое как «чай» или «человек», то в этом случае со стороны самого объекта нет никакого чая или человека. В Мадхьямаке Прасангике говорилось об этом еще две с половиной тысячи лет назад. В наше время в квантовой физике ученые говорят то же самое, они постепенно приходят к таким же открытиям. Поэтому Мадхьямака Прасангика говорит, что «я» – это название, которое присваивается этим пяти объектным основам. Когда они собираются вместе, то присутствует такая объектная основа, которую можно назвать «я» и мы обозначаем это как «я».

Итак, «я» – это просто название, но при этом вы не можете дать это название чему угодно, это название может быть присвоено только достоверной объектной основе. Так, хотя все феномены существуют лишь номинально, но это не просто пустое название, оно очень сильно связано со смыслом. Что касается теории пустоты, то мы не будем углубляться в эту теорию, поскольку сейчас нет времени.

Итак, я хотел сказать, что знание пяти совокупностей очень важно для того чтобы представлять, что является объектной основой для обозначения «я». Что касается определения благородной истины страдания, то это пять загрязненных совокупностей, которые возникли из благородной истины источника страдания. Это означает, что это пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений. Это природа страдания. До тех пор пока пять совокупностей рождаются под контролем омрачений, самый первый момент их рождения – это уже страдательная природа. Это то, что называется всепроникающим страданием. С этого момента, как только вы родились под контролем омрачений, у вас уже есть страдательная природа. Это подобно тому, что в ваших легких появляются бактерии туберкулеза, и с самого первого момента их возникновения вы являетесь больным человеком. И хотя в тот момент у вас нет боли, нет высокой температуры, но с того самого момента вы уже больны. Это основа, из которой и вследствие которой далее возникают высокая температура и кашель. И точно также в буддийской философии говорится, что с того момента, когда вы рождаетесь под контролем омрачений, эти ваши пять совокупностей являются основой для страдания. Поскольку это основа для страданий, то рано или поздно нам приходится страдать, поскольку мы обладаем этой основой. Когда вы болеете туберкулезом, рано или поздно у вас будет кашель и высокая температура. Когда вы будете пить лекарство, у вас уйдет кашель, и немного снизится температура, и вы подумаете, что решили все проблемы, но проблемы ваши еще не решены. У вас снова начнется кашель. Точно также и в отношении проблем, с которыми вы встречаетесь, – как кашель и высокая температура, все это симптомы всепроникающего страдания. Наша головная боль и другие проблемы, с которыми мы сейчас встречаемся, это страдания страданий, которые являются симптомами нашего всепроникающего страдания. До тех пор, пока у нас остается такая основа для страданий, наши мирские страдания никогда не закончатся. Это очень ясно. Вы можете спросить восьмидесятилетнюю бабушку: всю свою жизнь она решала свои проблемы, но так и не решила их полностью, проблемы возникали все время снова и снова. Поэтому если мы занимаемся только симптомами проблем, то жизнь за жизнью, никогда не сможем полностью избавиться от всех своих проблем. Это то, что говорится в буддизме. В этой жизни вы не сможете полностью решить все свои проблемы. Но если вы понимаете, что всепроникающее страдание – это основа, если вы устраните его, то все остальные проблемы у вас исчезнут сами собой. Тогда вы больше усилий будете прикладывать к тому,

чтобы избавиться от этого всепроникающего страдания, а не от поверхностных видов страданий.

Например, до того как вы не знаете, что болеете туберкулезом, вы думаете, что если снизить высокую температуру, – как будет хорошо! Но когда вы знаете, что наличие бактерий – это самая главная причина, тогда вы даже не будете думать о температуре и кашле, и если у вас немного снизится температура, вы не будете счастливы. Если же температура будет подниматься, то вы не будете воспринимать это как кошмар, вы скажете, что бактерии – это основная причина, нужно их устранять из организма. Пока вы не уберете основную причину, кашель и температура постоянно будут присутствовать. Поэтому вы будете мечтать убрать главную проблему. Даже при отсутствии кашля вы будете систематично принимать лекарства. Если вы об этом не знаете, когда у вас будет кашель, вы будете пить лекарства, а когда кашля не будет, вы и таблетки перестанете принимать. Точно также, если вы не знаете всепроникающего страдания, то когда у вас возникают проблемы, вы начинаете начитывать мантры, что-то делать, просить божеств помочь вам, а когда становитесь немного счастливыми, перестаете начитывать мантры, говорите божеству «до свидания». Потом пьете водку, танцуете и думаете, что это нирвана. Потому что вы не знаете философии. Если вы знаете философию, то вам нужно понимать, что в настоящий момент все эти ваши пять совокупностей, которые рождены под контролем омрачений, это всепроникающее страдание. И если вы знаете, что это ваше всепроникающее страдание, то в этом случае, если доктор говорит вам о том, что вы заболели очень опасной болезнью, вы не впадете от этого в шок. Многие тибетские ламы, которые знали, что пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, – это природа страдания, что это всепроникающее страдание, не впадали в шок, когда в какой-то момент узнавали от врача, что у них рак и скоро наступит смерть. Здесь нет ничего особенного, это не вызывает шока. Так, до тех пор, пока есть всепроникающее страдание, все остальные болезни будут приходить. Старения, болезни, смерти – этих трех вещей избежать невозможно.

Итак, какова цель знания всепроникающего страдания? Цель состоит в том, что если вы знаете, в чем состоит всепроникающее страдание, то вы хотите исцелиться от всепроникающего страдания, хотите справиться с ним. О каких бы проблемах люди ни говорили в вашей жизни, вы будете понимать, что это лишь поверхностные проблемы, а самая худшая проблема – это болезнь омрачений. В отношении туберкулеза у вас есть такая убежденность. При туберкулезе, если у вас высокая температура и кашель, вы не думаете, что это кошмар. Самое страшное – это бактерии туберкулеза, которые присутствуют в легких, это нужно лечить. Если это не лечить, тогда будет еще хуже. Поэтому вы будете делать упор на постоянное употребление лекарства, даже если у вас не будет высокой температуры и кашля, потому что вы хотите вылечиться от этих бактерий. Точно также, если вы знаете о своем всепроникающем страдании, вы говорите, что хотите исцелиться от всепроникающего страдания. И тогда практика Дхармы становится эффективной в этом вопросе исцеления от всепроникающего страдания. В буддизме говорится, что рождение под контролем омрачений и смерть под контролем омрачений – это самая худшая ситуация. Если у вас нет такой свободы, свободы определять, когда вам умирать и где вам родиться, то тогда у вас вообще нет никакой свободы. Поскольку у вас нет такой свободы, такого права, поэтому вы находитесь в сансаре, поэтому вы рабы своих омрачений. Как же раб, который не имеет такой свободы решать, когда умирать и где родиться, может быть счастливым? Вам нужно понимать, что вообще не иметь никакого контроля над тем, когда вам умирать и где родиться, это самая худшая ситуация. Из-за этого возникают все другие проблемы. Итак, вам нужно сказать себе: «Я хочу свободы, и такой свободы, когда я могу умирать под собственным контролем, а не под контролем омрачений, и также родиться по собственному выбору, а не под контролем омрачений, я хотел бы обрести такую свободу». Если вы обретаете такую свободу, то это настоящая свобода. Если вы обладаете свободой

слова, то, что в этом особенного? В некоторых странах не имеют свободы слова и очень громко возмущаются по этому поводу. Но даже если они обретают свободу слова, что особенного они получают? Сейчас в России у всех есть свобода слова, на улице можно сказать все что угодно, но что вы от этого получаете? Ничего. Если вы говорите, что Владимир Путин такой-сякой, у вас есть право так говорить, то, что вы от этого получаете? Ничего особенного не получаете. Раньше говорили, что нет свободы слова. Сейчас эта свобода есть, но что из того? Ничего особенного нет. Если вместо свободы слова вы обретете свободу определять, где вам рождаться и когда умирать, то это по-настоящему нечто важное в вашей жизни. Если я как политик говорю, что у нас нет свободы слова, что нам нужна свобода слова, то я буду каждый день думать о том, что нужно сделать, чтобы у нас была свобода слова. Вы также будете работать, работать, и получите свободу слова, но что от этого? В этом нет ничего особенного. Если вам не разрешают говорить, то вы думаете, что если бы у вас была свобода слова, то вы были бы счастливы. А когда у вас появится свобода слова, то не будет ничего особенного. Наши мирские свободы, когда их нет, то мы думаем, что это очень важно, а когда получаем их, то в этом нет ничего особенного. Вы никогда не думаете о том, что у вас нет свободы умирать и нет свободы рождаться. Вы хоть раз об этом думали? Никогда так не думали. Вы говорите, что если у вас не будет свободы речи, то для вас это кошмар. Не это кошмар. Вам нужно понимать, что самое худшее, что есть в вашей жизни, – это то, что у вас нет свободы определять, когда вам умирать и где рождаться, чтобы это происходило по вашему собственному выбору, и это самое худшее. Все время и с безначальных времен вы рождаетесь под контролем омрачений. В настоящий момент ваша ситуация как у сухого листа, у которого нет собственного направления, и которым полностью движет ветер кармы и омрачений. Такой свободы у вас нет. Вот это называется сансара. Сансара означает, что вы подобно листу вращаетесь по этим шести мирам без какого-либо выбора. А рождение в этих шести мирах без всякого выбора под контролем омрачений называется всепроникающим страданием. Тогда в вашу голову придет мысль: «Да, да, свобода речи не важна. Свобода выехать в другую страну не важна. Свобода рождения и смерти не под влиянием омрачений, вот это очень важно». И когда вы понимаете это, вы потихоньку начинаете понимать буддийскую философию. Если я скажу такое каким-то новым своим ученикам, для них это может не иметь особого смысла, но для старших моих учеников это имеет смысл.

Многие люди в Тибете обретали такую свободу умирать по собственному выбору и рождаться по собственному выбору, это были высоко реализованные существа. Недавно в Индии Его Святейшество Далай-лама во время учений рассказал историю о Богдо Гегене. Богдо Геген был болен, находился в Монголии и направил письмо Его Святейшеству Далай-ламе. Далай-лама сказал, что впервые в жизни получил такое письмо. Обычно ему писали письма с просьбами читать молитвы, мантры, чтобы Далай-лама помог им выздороветь, а Богдо Геген такого ничего не писал. Итак, в своем письме Богдо Геген спрашивал у Его Святейшества Далай-ламы: «Где мне следует умереть – здесь в Монголии или в Индии?» И далее второй вопрос: «Когда мне следует умереть?» Никто еще не обращался с такими вопросами к Его Святейшеству Далай-ламе: где мне нужно умереть и когда мне нужно умереть? Это как купить билет на самолет: где купить и когда купить. Его Святейшество был удивлен, потому что таких писем ему никто не писал. Его Святейшество Далай-лама написал ответное письмо: «Вам следует умереть в Монголии, а что касается времени, то это после нового года». И произошло именно то, о чем написал Его Святейшество Далай-лама: Богдо Геген в Монголии после нового года в позе медитации ушел из жизни. Многие из вас также знают Богдо Гегена, были в Тыве, в Калмыкии, Богдо Геген несколько раз приезжал туда. В жизни он вел себя как обычный простой человек, но в действительности он обладал такой свободой, когда и где ему умирать и где рождаться. Это означает свободу от сансары. Таких людей называют высоко реализованными. Если вы летаете в небе, в этом нет ничего особенного, это невысокая реализация, даже птицы умеют летать. Но если у вас есть

контроль над своими смертями и рожденьями, тогда вы свободны от сансары. Тогда вы не обычный человек, а особенный человек, который обладает полным контролем над своими рожденьями и смертями. Если человек умирает под собственным контролем, а не под контролем омрачений, то в этом случае он не рождается под контролем омрачений, а также рождается по собственному выбору. Вам нужно понимать, что его пять совокупностей, которые не рождены под контролем омрачений, а рождаются под влиянием сострадания, это не природа страдания. Когда они заболевают, кажется, что они болеют, но в действительности там нет никакого страдания. У них нет страданий, например, Его Святейшество Далай-лама родился под контролем сильного сострадания. Вы думаете иногда, что он болеет, но на самом деле у него нет болезней – ради блага живых существ Его Святейшество Далай-лама показывает себя обычным человеком, выглядит иногда болеющим, слабым, но по-настоящему в его теле нет никаких болезней.

Теперь, что такое нирвана. Нирвана – это не конец жизни. В традиции Тхеравады в школе Вайбхашика говорится, что нирвана – это пресечение страдания. Когда страдания исчезнут, то это нирвана. Во всех высших школах говорится, что невозможно полностью прервать поток ума, ум все время продолжает существовать. Итак, нирвана – это не остановка потока ума. В настоящий момент мы умираем и рождаемся под контролем омрачений, поскольку в нашем уме преобладают омрачения. Но когда мы полностью устраним омрачения из нашего ума, тогда мы уже будем свободны от рождения под контролем омрачений и будем свободны от смертей под контролем омрачений. В этом случае, когда вы будете рождаться, вы не будете рождаться как сансарическое существо. У вас будет здоровый ум, и при этом ваши совокупности также будут незагрязненными совокупностями, которые будут рождаться ради блага живых существ. Это то, что называется незагрязненными совокупностями. Вы будете полностью свободны от страданий. И это называется нирваной.

Здесь вам нужно понимать одну вещь. Обычно в вашей жизни, когда вы сталкиваетесь с какой-то проблемой, у вас есть такая склонность впасть в шок с мыслью: как же так вышло, что я заслужил эту проблему? Если доктор вам говорит, что у вас такая-то болезнь, то вы впадаете в шок: как же так, почему я заболел? Это неправильно. В своей жизни, с какой бы проблемой вы ни столкнулись, никогда не удивляйтесь этому. Почему это так? Например, если слуга согласился быть слугой, и хозяин просит его вымыть чашку и принести ему чая, от этого слуга не впадает в шок. Слуга говорит: «Ну, поскольку я согласился быть слугой, моя обязанность – мыть чашку и приносить чай, но если я не хочу этого делать, тогда мне не нужно быть слугой». Точно также, когда вы сталкиваетесь с проблемой, никогда не впадайте в шок. Скажите: «Я родился под контролем омрачений, и я заслуживаю этих страданий. В моей жизни не произошло ничего шокирующего, я заслуживаю этого, я родился под контролем омрачений. Но если я не хочу таких проблем, тогда мне не нужно рождаться под контролем омрачений. Рождение под контролем омрачений, смерть под контролем омрачений – это самое худшее, что может быть в моей жизни. Это дебютная ошибка, и в будущем я больше не совершу такой дебютной ошибки». Если вы думаете таким образом, то это учение по тренировке ума. Мастера Кадампа говорили, что когда вы сталкиваетесь с проблемой, с каким-то страданием, у этого страдания есть пять хороших качеств. Первое – это то, что они уменьшают ваше высокомерие. Второе – страдание помогает вам развить отречение. Когда вы сталкиваетесь с проблемой, вам нужно так думать, и тогда проблема вам поможет развить отречение. В первую очередь эта проблема не ввергнет вас в шок, а второе, вы скажете, что если я не хочу такой проблемы, то мне не следует рождаться под контролем омрачений. Если вы не впадаете в шок из-за возникшей проблемы, то ваш ум становится сильнее, потому что эта проблема не беспокоит ваш ум. Если у вас возникает проблема, и вы думаете: «Я не заслуживаю этой проблемы», то эта проблема начинает беспокоить ваш ум, и из-за этого он становится слабым. Ваш ум становится слабым, вы начинаете обвинять в этом других людей, и из-за этого ваш ум становится еще более

омраченным. А когда ум становится более омраченным, он усиливает проблему, и это та ошибка, которую вы допускаете в своей повседневной жизни, вы не знаете того, как правильно встречать проблемы. Это я могу вам сказать на сто процентов, опираясь на свой опыт.

У меня, как и у вас, есть проблемы, но когда я встречаюсь с какой-либо проблемой, у меня не возникает шока. Я не думаю при этом: почему я заслужил эту проблему, почему я болею? Хотя у меня есть определенные основания спрашивать, почему я заболел: я не пью, не курю, но болею. Другие люди пьют, курят, но они не болеют – это несправедливо. Если так думать, то будет только хуже. А я что думаю? Я родился под контролем омрачений, поэтому есть база, есть основа для всех страданий. Все болезни рано или поздно придут, они все равно все придут. Наш ум становится слабым, когда мы думаем о том, почему у нас есть эти проблемы, а у других нет. Думаете вы таким образом или не думаете, эти проблемы все равно у вас будут. Раньше так было, сейчас есть: мы страдаем, и в будущем мы также будем страдать, зачем так думать? Даже если они сейчас немного не болеют, скажите: как хорошо, что пока они не болеют! Ведь они все равно будут болеть. Это здравомыслие. Наш ум думает, что я болею, а мой друг не болеет, моя сестра вообще не болеет, они купили машину, это неправильно. А я болею, машины у меня нет, никто меня не любит, – это все больной ум. Такие мысли старайтесь не допускать. Потому что ум у вас немного нормальный. Если вы так думаете, то ваш ум совсем ненормальный. От этого у вас появится чувство зависти, гнева, депрессии. Это вы сами себе создали.

Когда к вам придут проблемы, не думайте о том, почему другие не болеют. Думайте так: «Если я родился под контролем омрачений, то я даже могу умереть в любое время, болезнь – это не так опасно. Я могу умереть в любой момент, у меня нет выбора, когда умирать, а когда не умирать. Я пока не умер, слава Богу, я пока жив, а болезнь можно вылечить». Итак, вы думаете, что болезнь – это нестрашно. Когда у вас будут возникать проблемы, и вы не будете приходить в шок от этого, тогда у вас ум не будет беспокоиться. Если у вас не возникает шока, и вы думаете, что это не проблема, что это для вас полезно, это делает ваш ум более сильным. Потом вы думаете: «Я не хочу рождаться под контролем омрачений. Родиться под контролем омрачений – это самое страшное, я хочу быть свободным от этого».

Когда у вас проблемы, или вы думаете, что вы хотите свободы слова, это мирское. Вам нужно говорить, что вы хотите свободы от омрачений. Это называется отречением: «Умру я или не умру, все равно, у меня нет свободы от омрачений, вот этого я не хочу. Если у меня нет этой свободы, то у меня ничего нет». Если у вас такой образ мышления, то ваш ум будет здоровым. Шантидева говорил, что если даже во сне вы не порождали желания освободиться от омрачений, то как же вы можете пожелать этого всем живым существам? Такое невозможно. Сначала один раз пожелайте этого себе, потом еще раз этого пожелайте: «Самое главное, чтобы мой ум был свободен от омрачений. Тогда я смогу умирать по собственному выбору и рождаться по собственному выбору». Это называется нирваной. Это называется отречением. Тогда, если вы болеете, к вам немного придет отречение, и ваш ум будет очень спокоен. Тогда и смерть для вас – это еще не конец, это маленькая проблема, как кашель. Когда вы знаете, что такое болезнь туберкулез, вы будете понимать, что кашель, высокая температура – это ерунда. Вас не будут беспокоить симптомы, даже кашель для вас будет не страшен. Самое главное – нужно вылечить туберкулез. Вы не будете думать: у меня кашель, наверное, я умираю, – а будете думать, что кашель – это ерунда. Все мирские проблемы вы будете рассматривать как кашель, как высокую температуру, – это все ерунда, ничего страшного. Самое главное – нужно вылечить бактерии, тогда любая проблема в вашей жизни будет для вас ерундой. Самое главное – нужно избавиться от ума, рожденного под контролем омрачений.

Это будет делать ваш ум здоровым. Здоровый ум – это очень важно. Когда у вас нет здорового ума, все ваши проблемы будут приходить постоянно. Если вы так думаете, то когда вы заболеваете, ваш ум остается спокойным. Если врач будет изучать ваше тело, он увидит, что ваше тело меняется. Когда у вас будет здоровый ум, то тело будет лечить само себя. Если вы говорите, что он виноват, они виноваты, от этого ваша болезнь становится хуже. Врач будет наблюдать вас, и будет замечать ухудшение. Некоторые люди, когда начинают болеть, и врач им говорит, что вы болеете такой-то болезнью, после этого через день они не могут встать с кровати. Почему так происходит? Потому что они неправильно думают. Они думают: «Почему я заболел, я болею незаслуженно», – эта проблема для них становится шоком. От этого шока ум становится ненормальным, потом они думают о многих неправильных вещах, таких как: он виноват, они виноваты. Вы можете всю ночь не спать, от этого у вас будет стресс, депрессия, и потом вы будете говорить, что после посещения врача вам стало хуже, но это не врач сделал, это вы сами сделали себе хуже. Некоторые люди после посещения врача говорят, что им стало хуже, но это потому, что они сами делают себе хуже. Это оттого, что они неправильно думают. Поэтому то учение, которое я вам даю, очень полезно в повседневной жизни. Это лекарство, которое вам нужно использовать в повседневной жизни. С какой бы проблемой вы ни столкнулись в своей жизни, как бы сильно ни заболели, однажды наступит такой момент, когда доктор вам скажет, что вы заболели раком, туберкулезом, диабетом или какой-нибудь другой болезнью, в этот момент вы не должны впадать в шок. Думайте так: «Это ничего страшного. Если я могу как-то исцелиться от болезни, то ничего страшного, мне нужно принимать лекарство». Как говорил Шантидева: «Если проблему можно решить, то решайте ее, не расстраивайтесь из-за этого». А если проблему решить нельзя, если мы говорим о таких болезнях как рак или СПИД, тогда просто примите ее. Скажите себе: «Ну, все, свою жизнь я закончил, сейчас мне осталось год или два, все равно это много». Один год – это очень много для того, чтобы подготовиться к следующей жизни. Мой Учитель говорил мне, что он всегда так думает.

Мастера Кадампа все время думали так: «Если я проживу один год, то мне достаточно этого времени для подготовки к следующей жизни. Если я умру через год, то мне совершенно не будет жаль. Если я умру завтра, то мне недостаточно времени, но все равно у меня нет сожалений. Вчера и сегодня я выполнял такую-то практику, поэтому если я умру завтра, то у меня на подготовку меньше времени, но все равно я ни о чем не жалею. А если я умру через год, то мне на подготовку достаточно времени». Как интересно: «Если я умру через год, то у меня достаточно времени для подготовки. Если я умру завтра, то я ни о чем не буду жалеть. У меня будет мало времени, но я не жалею об этом». Вот такие мысли у вас должны быть. Эти люди – очень мудрые люди. Вы можете жить еще сорок лет, но вам все будет недостаточно времени на подготовку. Думайте так, что даже если у меня в запасе будет год, то мне достаточно времени на подготовку к следующей жизни. У вас не должно быть такой мысли, что вот, еще один год проходит. Нужно всегда думать так, что если вы умрете завтра, то у вас не будет сожалений. Некоторые думают, что год – это много, и у них есть еще время для подготовки к следующей жизни, но если вы не меняетесь внутри, то никакого эффекта нет. Когда я такое слышу, я думаю, что эти мастера просто невероятны! Меня очень впечатляют такие люди. Когда такой человек скажет хоть слово, оно меня трогает. А когда по телевизору или в интернете люди что-либо говорят, будь то президент или ученый, это для меня пустые слова. Их слова меня не волнуют, не трогают. Как бы красиво ни говорил президент, сколько бы людей ни работали над текстом его выступления, чтобы понравилось народу, там нет полезных вещей. Нет такого, что вы слушали бы их, и плакали от истины. После выступления президент думает, что он сказал красивые слова. Вы сами понимаете, что, сколько бы слов ни говорил президент, в них нет ничего полезного. Для людей такие слова словно радуга, они не трогают, не волнуют их. Эти слова – пустые слова. Итак, запомните эти слова, которые произносили мастера Кадампа. Они говорили, что если я буду жить еще один год, то мне достаточно времени на подготовку к смерти. А если я умру

завтра, то у меня нет сожалений, я достаточно выполнил подготовки. Эти слова меня волнуют, трогают. И вам нужно думать таким образом.

Итак, эти пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, обладают природой страдания, и не только природой страдания, у них еще есть четыре аспекта. Мы не видим этих четырех аспектов, мы видим у наших пяти совокупностей полную противоположность этим четырем аспектам. Из-за этого наши омрачения становятся еще сильнее. У этих пяти совокупностей первый аспект – это аспект непостоянства. Но мы их видим с таким аспектом как постоянство. Мы думаем, что эти пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, которыми мы обладаем, будут жить очень долго. Это наш неправильный аспект. Мы думаем так, что другие люди умирают, но я буду жить очень долго, это называется концепцией постоянства. Когда вам десять лет, вы думаете, что двадцатипятилетние – это уже довольно старые люди. А когда вам двадцать пять лет, вы думаете, что двадцатипятилетние люди – очень молодые, а вот тридцатипятилетние – это уже немного старые. Но когда вам исполняется тридцать пять, вы думаете, что тридцать пять лет – это все равно еще молодой возраст, а вот сорок пять – это уже большой возраст. Когда вам сорок пять лет, вы думаете, что в сорок пять люди еще не старые, вы чувствуете себя молодым, а вот когда мне исполнится пятьдесят пять лет, тогда я начну заниматься практикой. А в сорок пять лет – еще молодость, нужно пока отдыхать. Когда мне будет пятьдесят пять лет, я буду готовиться к загробной жизни. Но когда вам исполняется пятьдесят пять лет, вы думаете, что пятьдесят пять – это еще не старость, я еще не на пенсии. Когда мне исполнится шестьдесят пять лет, тогда я буду заниматься практикой, а пока у меня много дел. Когда вам уже шестьдесят пять лет, вы думаете, что в этом возрасте люди еще работают, даже в семьдесят пять лет люди занимаются бизнесом. А мне всего лишь шестьдесят пять. Я пока молодой. В семьдесят лет я уж точно буду заниматься практикой. А когда вам семьдесят лет, вы говорите, что видели, что даже в восемьдесят пять лет люди гуляют, играют в хоккей, а я молодой. Даже в восемьдесят пять лет, даже за день до смерти вы не будете думать, что вы старый, а внутри будете ощущать себя молодым. Даже если у вас что-то болит, вы будете думать, что вы вылечитесь. Даже в восемьдесят пять лет, когда вы будете болеть, вы будете думать, что вы вылечитесь, ноги будут крепкими, руки будут крепкими, что вы будете ходить на рыбалку, ездить на море, играть в футбол. Даже за день до смерти вы будете думать, что вы здоровый. Я все вылечу, отправлюсь туда-то, там будут мои друзья, там мы будем развлекаться, ходить в баню, водку пить, я никогда не умру. Это называется концепцией постоянства. Она всю жизнь обманывает вас, и не позволяет вам готовиться к смерти. Поэтому мастера Кадампа говорили: «Если я умру завтра, то у меня нет сожалений. Если я умру через год, то мне достаточно времени на подготовку». Потому что они думали, что если я еще проживу один год, то это очень много. А если я завтра умру, то я не буду испытывать сожалений. Если я еще один год проживу, то это для меня очень много, этого времени достаточно для практики. Вы об этом вообще не думаете. У вас очень сильная концепция постоянства. Вы думаете в обычной жизни, что вы всегда молодой. Вы никогда не думаете, что если завтра умрете, то не будете испытывать сожалений. Вы даже не думаете о том, что завтра можете умереть. Вы не думаете, что если проживете год, то для вас этого времени достаточно. Для вас год жизни – это мало, даже если я скажу вам, что вы умрете через двадцать лет, то вы мне скажете: «Геше-Ла, двадцать лет – это очень мало для меня». Вам нужно думать, что один год – это очень много. Сколько часов в году, сколько минут, сколько секунд! Вы каждую секунду можете заниматься практикой, готовиться к следующей жизни. Сколько времени в году!

Это учение очень полезно для меня, также оно будет полезно и для вас. Вам очень важно знать, что пять совокупностей каждый миг разрушаются. Можно думать о грубом непостоянстве и тонком непостоянстве. Есть четыре момента в отношении грубого



непостоянства, о которых вам нужно думать каждый день. Будда в сутрах говорил о четырех заключениях, касающихся грубого непостоянства. Первое – любое рождение заканчивается смертью. Второе – любая встреча заканчивается расставанием. Третье – любое накопление заканчивается истощением. Четвертое – любой взлет заканчивается падением. Когда вы знаете, что любое накопление заканчивается истощением, у вас нет интереса копить что-либо. Копить мирское богатство бессмысленно, вы все равно это потеряете. В конце концов, в следующую жизнь вы уйдете с пустыми руками. Если вы получите это богатство, то не сможете до конца удержать его. Может наступить кризис, или вас могут обокрасть. Даже если деньги будут при вас, вы все равно умрете. В конце концов, вы с пустыми руками пришли в эту жизнь, и с пустыми руками уйдете. Зачем все силы тратить на то, чтобы копить что-либо? Вы будете подобны крысе. Крысы копят, копят, сами не кушают и другим не дают, а потом умирают на куче зерна. Вот так и в жизни. Когда я слушаю такое учение, у меня уходит мысль копить что-либо. У меня не возникает мысли копить мирское богатство. Когда я был молодым, у меня была острота ума. Если бы я хотел накопить, то я мог бы накопить, но я понял, что в конце этой жизни я не смогу ничего забрать с собой, поэтому я потерял интерес копить мирское богатство. Я пришел с пустыми руками, и с пустыми руками уйду. У меня нет интереса к богатству, что это нужно копить. Сколько бы я ни копил, я не смогу это взять с собой из жизни в жизнь. Если вы занимаете высокий статус в мирской жизни, то в конце все равно упадете. После того как я понял это, мне стало неинтересно стремиться к популярности, быть президентом, певцом. Каким бы богатым вы ни были, в конце концов, вы упадете. Зачем тогда стремиться к взлету? Если вы это понимаете, то интерес к этому у вас не развивается. Если же вы развиваете внутренний взлет, то в конце не падаете. Потому что это надежно. Мирские вещи, в конце концов, все исчезают. Это понимание очень полезно в вашей жизни. Когда в вашей жизни у вас возникают какие-то фантазии, когда вы выпьете водку омрачений, потом вы становитесь ненормальным человеком. Это такие мысли: «Если бы я стал самым богатым человеком, как бы я был счастлив. На меня бы все смотрели, у меня была бы дорогая машина, я бы очень красиво одевался, потом все люди стали бы говорить, что я крутой», – но это иллюзия. Сколько бы вы ни копили, все равно это уйдет. В конце концов, вы все равно умрете и не возьмете ничего с собой. Если вы это понимаете, то ваш ум становится нормальным. Когда у человека мысли ненормальные, он становится еще более ненормальным. Потом ради этого он готов убить своих родителей. Когда у человека появляется идея фикс стать богатым человеком, и ради этого нужно завладеть землей родителей, то он готов убить родителей. Из-за ненормальных мыслей этот человек стал ненормальным. Когда эти ненормальные мысли уйдут из его головы, он поймет, насколько он ненормальный. Поймет, что его родители очень добрые, что ему нужно помогать им. Сам человек по сути неплохой, просто из-за неправильных мыслей он становится ненормальным. Поэтому в буддизме говорится, что природа человека чиста, у всех людей природа чиста, и когда человек становится более нормальным, он плачет, раскаивается в содеянном. У всех живых существ изначально природа чиста. И вы такие же. Это лекарство. Это четыре лекарства, которые нужно принимать каждое утро. Любое рождение заканчивается смертью. Любая встреча заканчивается расставанием. Любое накопление заканчивается истощением. Любой взлет заканчивается падением. Очень важно написать эти слова и повесить себе на стену. Это будет очень полезно для вас. Целый день ваш ум будет спокоен, вы будете довольствоваться тем, что у вас есть. Даже кусок хлеба покажется вам очень вкусным. Что у вас есть, тем вы будете довольны. Если вы алчный человек, и вам подарят что-то, вам все будет мало. А после осознания этих вещей, какой бы подарок вам ни подарили друзья, вы будете счастливы. Когда вы не думаете об этом, вы считаете, что вам должны принести дорогие подарки. Какие бы подарки вам ни принесли, вам будет их недостаточно, покажется, что это дешевка. Это признак ненормального ума.

Итак, что касается непостоянства и смерти, то приводится следующая аналогия. Одна пожилая женщина жила в доме, который ей не принадлежал. Она была очень активна, все время убиралась по дому, занималась своим садом. Если у соседской бабушки цветы в саду были красивее, чем у нее, она завидовала ей. Таким образом, всю свою жизнь она тратила впустую. Но однажды к ней пришел один мудрый человек и постучал в дверь, как в фильме «Матрица»: тук-тук. Она открыла дверь и увидела на пороге пожилого мудрого человека. Он сказал: «Если вы хотите об этом знать, то я могу рассказать о ваших трех реальных обстоятельствах. Вы не знаете об этих трех реальных обстоятельствах в вашей жизни, из-за этого вы совершаете большие ошибки. Если вы хотите узнать их, то я с удовольствием расскажу». Бабушка задумалась об этих трех ситуациях. Она сказала: «Ну, хорошо, заходите ко мне, я хотела бы узнать о трех обстоятельствах в моей жизни». Этот мудрый человек сказал ей: «Первое реальное обстоятельство в вашей жизни состоит в том, что этот дом вам не принадлежит. Поэтому на сто процентов, однажды вам придется покинуть этот дом. Но вы никогда не готовились к тому, чтобы уйти из этого дома. И в этом ваша первая ошибка. Далее второе обстоятельство: хозяин этого дома очень эгоистичен. В настоящий момент никто не хочет снять этот дом, и поэтому владелец этого дома вас использует просто как бесплатного сторожа. Но как только ему предложат хорошие деньги за этот дом, он вас не спросит, хотите ли вы его покинуть. Он скажет: уберите отсюда, это мой дом. Вы просто об этом не знаете. Но однажды это произойдет». Это аналогия, ее смысл немного иной. Позже я расскажу вам о нем. Но если вы умные, то вы поймете, как эта аналогия относится к вашей жизни. Далее он сказал: «Третье обстоятельство: в тот момент, когда вам однажды придется покинуть этот дом, эти цветы из сада вы не сможете забрать с собой. Вы убираетесь в этом доме каждый день, но чистоту дома вы также не заберете с собой. Из того, что вы делаете, ни одно действие вы не сможете забрать с собой. Если бы вместо этого вы скопили каких-то денег, то смогли бы купить еще лучший дом, но вы этого не делаете. Таковы обстоятельства в вашей жизни, я открыл вам глаза. Теперь я оставляю все это на ваше усмотрение». Старый мудрец ушел, а она сидела и думала: «Правда, это не мой дом, и хозяин может выгнать меня в любое время. Когда мне придется уходить, что у меня будет? Ничего не будет. Я уйду с пустыми руками, это кошмар. Мне нужно уже сейчас готовиться, чтобы купить дом, нужно готовиться уже сейчас, копить деньги». Она долго думала об этих реальных обстоятельствах и, когда на следующий день открыла утром глаза, то, увидев соседку, которая работала, поливала цветы, эта женщина уже не завидовала ей, а наоборот испытывала к ней сострадание. Она знала, что ни один цветок не сможет забрать с собой, поэтому уже не испытывала к ним привязанности. Раньше, когда дети крали ее цветы, она злилась, а теперь, когда приходили дети, она сама давала им цветы еще и еще. Раньше она злилась, когда не знала реальных обстоятельств. Теперь она начала меняться, больше не испытывала чувства жадности, а наоборот больше старалась отдавать. Потому что она поняла, что в этом ничего полезного нет. Если детям нравятся ее цветы, то пусть они их забирают.

Точно такими же являются три обстоятельства в вашей жизни. Первое реальное обстоятельство: с самого момента нашего рождения нельзя сказать, что мы живем. Когда мы родились, то это все равно, что мы выпали из летящего самолета. И поскольку мы выпали из летящего самолета, то каждый миг мы не летим, а падаем вниз. Мы летим вниз, и на сто процентов упадем на землю. Каждый миг, каждую секунду мы падаем вниз. Что такое ваш день рождения? День рождения не бывает каждый год, с каждым днем мы приближаемся к смерти, и каждый год – это год приближения к смерти. Подобно тому, как мы падаем на землю из самолета. А вы что делаете? Вы каждый год говорите, что у вас день рождения, вам дарят цветы, потом вы поете, танцуете, но при этом вы падаете вниз. Поэтому в буддийской традиции день рождения не отмечают. Это день приближения к смерти. Когда у вас будет день рождения, подумайте, что на один год вы приблизились к смерти, и начитывайте мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Подумайте, что ваш год прошел впустую.

Спросите себя: «Что я делал целый год? Я не готовился к смерти, один год ушел впустую». Буддийский мастер сказал: «Если бы у меня оставался один год жизни, этого времени мне было бы достаточно на подготовку». А у меня год ушел впустую, и если даже на следующий день рождения я умру, то я готов. Вот так нужно думать. Это иллюзия: собираться на день рождения вместе. Когда я приехал в Россию, одной калмыцкой женщине исполнилось пятьдесят лет. Все собрались. Один мужчина встал и начал говорить: «Вы такая молодая, вы выглядите на двадцать пять лет». Именинница обрадовалась. Я посмотрел на то, что она радуется и подумал, что завтра она будет несчастной. Потому что она радовалась, как будто ей по-настоящему двадцать пять лет. А утром, когда она встанет и откроет глаза, посмотрит в зеркало, то увидит, что ей не двадцать пять, а пятьдесят лет, это был обман. Потом она испытает кошмар, увидев морщины. Таким образом, вы сами себе делаете плохо.

Итак, не сильно впечатляйте, не слишком хвалите других людей, когда они отмечают день рождения, потому что иначе на следующий день они расстроятся из-за этого. Когда в буддизме говорится, что нужно делать счастливыми других людей, когда говорится, что нужно что-то сказать, чтобы порадовать другого человека, то не говорится, что нужно их хвалить как будто им двадцать пять лет, что они очень молоды и так далее. Мой Учитель никогда мне не говорил, что я умный. Наоборот, он всегда говорил, что я тупой и ничего не понимаю. Я сейчас понимаю его доброту, из-за этого я становлюсь все лучше и лучше. Если бы он говорил, что я умный, то я бы «летал в облаках» и становился только хуже. Подобно этому, когда я немного хвалю моего ученика, он становится немного хуже. А когда я строг, мой ученик становится сильным. Это очень правильно. Поэтому в буддийской традиции учитель никогда не хвалит ученика, а говорит ученику строго, что он тупой, ничего не понимает.

Далее, второе реальное обстоятельство состоит в том, что время смерти неопределенно. Как эта женщина могла покинуть свой дом в любой момент, так и мы можем уйти из жизни в любой момент. Мы думаем, что это тело нам принадлежит, но на самом деле оно нам не принадлежит. Мы арендуем его на деньги кармы. Когда кармические деньги закончатся, это тело скажет вам «до свидания». Так, на сто процентов однажды внезапно вы умрете. Смерть не скажет вам: я приду в такое-то время, готовься, – вам нужно самим рассматривать, каковы симптомы смерти, и готовиться к тому, что она может наступить в любой момент. Вам нужно понимать, что для смерти есть очень много условий. Здесь нет такой закономерности, что если вы полностью здоровы, у вас нет никаких болезней, то вы не умрете. Люди думают, что если у них нет никаких болезней, здоровое тело, то они долго не умрут. Так думать неправильно. Во время сна может разрушиться ваш дом, и вы умрете. Имея здоровое тело, вы можете погибнуть в автокатастрофе. Сердце очень уязвимо, имеет тонкий механизм, иногда оно останавливается, и никто не понимает, почему человек умер. Когда человек умирает от остановки сердца, никто не знает, почему сердце остановилось. В буддизме говорится, что закончилась карма. Если карма этой жизни закончится, то даже здоровое тело умрет из-за остановки сердца. Люди перестают дышать и умирают. Посмотрите, как много людей, обладая здоровым телом, вчера смеялись, разговаривали, а утром умерли. Это демонстрирует, что время смерти не определено. Даже очень здоровые люди могут умереть в любой момент, а если у вас много болезней, то вероятность еще выше. Если вы старые, то вероятности еще больше. Даже если молодые умирают, а вы старше, то вероятность смерти у вас еще больше. Поэтому каждый день думайте, что если сегодня я не умер, как мне повезло! Утром, проснувшись, думайте: как хорошо, что я жив! Со вчерашнего вечера до утра, сколько человек погибло! Посмотрите в интернете, сколько умерло молодых людей. Как повезло, что среди этих людей не оказалось моих близких, и я еще живой. Как хорошо, что я живой! Когда вы так думаете, вы обретаете здоровый ум. Вы будете счастливы оттого, что вы живой. Вы этого не цените. У вас драгоценная человеческая жизнь, а вы говорите, что у вас кошмар, у вас ничего нет. Некоторые впадают

в депрессию из-за того, что кроме человеческой жизни у них ничего нет, и не хотят жить. Это люди с ненормальным умом. Люди с тяжелыми заболеваниями говорят, что отдадут любые деньги врачам, но врачи не могут ничем им помочь. А молодые люди думают, что у них ничего нет, кошмар, и не хотят жить. Это совсем ненормально. Потом у них возникает мысль о самоубийстве. Это отсутствие мудрости. Нужно испытывать к таким людям сострадание. У них нет даже небольших знаний в этой жизни. У некоторых людей есть миллион, даже миллиард долларов, а здоровья нет. Они говорят врачам: «Забирайте все мои деньги, дайте мне жизнь». Стив Джобс, который создал фирму Apple, когда болел, говорил врачам, что готов отдать им миллионы долларов, только дайте мне жизнь. Но врачи не смогли ничего сделать. Думая об этом, радуйтесь, что вы еще живой, а остальное – мелочи. То, что вы живой – это главное. Вы будете рады тому, что вы живой, как хорошо! Скажите себе: «Я обладаю драгоценной человеческой жизнью и не потрачу день впустую. Я буду копить заслуги. Я буду делать что-то хорошее для других людей». А потом немного расслабьтесь. Вот так думайте каждый день. Тогда ваша жизнь будет значимой. Поэтому размышление о непостоянстве и смерти очень важно в повседневной жизни.

Далее, в момент смерти только Дхарма будет вам полезна. Это третье обстоятельство. В момент смерти свое тело вы не сможете забрать с собой, и богатство, собственность вы также не сможете забрать с собой. Вы не сможете забрать своих друзей, родственников. Славу и репутацию вы с собой также не заберете. Даже одежду, которую вы носите каждый день, вы не сможете забрать с собой. А что в этот момент сможет забрать ваш ум? Ваш ум сможет забрать только качества ума. Кроме качеств ума ничего субстанционального вы не сможете забрать с собой в следующую жизнь. А что такое Дхарма? Дхарма означает благие качества ума. Некоторые люди думают, что Дхарма – это чтение молитв. Дхарма означает хорошие качества ума, это защищает вас от страданий. Дхарма – это то, что защищает вас от страданий. Это называется Дхармой. Исследуйте, что это, что защищает вас от страданий? Это благие качества вашего ума. Они напрямую защищают вас от страданий, поэтому это объект прибежища. Итак, Дхарма – это главный объект прибежища, а не Будда. Будда указывает вам путь, учит вас тому, как развить Дхарму, но Дхарма напрямую защитит вас от страданий, благие качества ума защитят вас. Все, в конце концов, сводится к вам самим, ваше счастье и страдание зависят от вас, а не от кого-то другого. Когда в вашей жизни возникают проблемы, не думайте, что кто-то придет из пространства и решит ваши проблемы. Если такое было бы возможно, они давно решили бы ваши проблемы. Поэтому не ждите, что кто-то придет и решит ваши проблемы, вам нужно самим решать ваши проблемы. В больницах, когда у людей большие проблемы, они читают молитвы: «Бог, пожалуйста, помоги нам». Говорится, что стены больницы слышат более искренние молитвы, чем церковь. Когда у людей проблемы, они всегда читают молитвы. Молитвы помогают, но только чтения молитв недостаточно. Поэтому не думайте, что кто-то придет и совершит чудо, мы все время ждем чего-то такого. Такое возможно, но если вы со своей стороны не меняете внутреннюю ситуацию, то такое не произойдет. Чтобы установить связь с божеством, у вас с вашей стороны должна проявиться позитивная карма. Когда у вас проявляется позитивная карма, когда очищено много негативной кармы, и когда вы призываете божество, такое тоже возможно. Многие люди ничего в себе не меняют, а только просят Бога помочь им, – вот это неправильно, так вы ничего не получите. Сказать, что божеств нет, это тоже неправильно. Буддизм говорит, что Бог и божества существуют. Если вы хотите помощи от них, то вам нужно быть готовым внутри. Очищайте негативную карму, накапливайте заслуги, далее молитесь, и тогда в вашей жизни могут происходить невероятные вещи. Такое возможно в этой ситуации. Если вы начитываете мантры для накопления заслуг, но у вас не присутствуют четыре фактора, то, сколько бы вы ни начитывали мантры, все это будет бесполезно. В чтении большого количества мантр силы не будет, потому что внутри вы не накопили заслуги, не очищали негативной кармы. Поэтому только лишь чтение мантр не решит ваших проблем. Начитывание мантр – это как

дождь. Дождь – это хорошо, но если в земле нет семян, то от дождя пользы не будет. Молитвы – это как дождь, но с вашей стороны требуется посадить семена в почву, только тогда дождь принесет пользу этим семенам. Но без дождя семена также не смогут прорасти, они высохнут в почве.

Поэтому необходимы четыре фактора для того, чтобы мантра имела силу, приводила к накоплению заслуг. Каковы эти четыре фактора? Вы все читаете мантры, и вам нужно читать мантры с наличием четырех факторов. Если вы упустите хотя бы один из факторов, то мантра не будет мощной, не будет эффективной. А если присутствуют все четыре фактора, то мантра будет невероятно мощной. В Тибете многие практики делали так, что начитывали большое количество мантр с наличием четырех факторов, после этого дули на ритуальный кинжал, швыряли его в скалу и тот вонзался в камень. При чтении большого количества мантр с наличием четырех факторов даже язва заживала. Чудеса есть, это правда, я видел это своими глазами, когда был маленьким. Некоторые тибетские ламы, добрые, чистые люди, делали это не ради денег, им не нужны были деньги. К ним приходили люди с язвой, ламы читали мантры, и через два дня язва заживала. Врач назначал лекарства для лечения язвы, но это не помогало, а ламы вылечивали, благодаря чтению мантр, я это видел. Потому что в мантрах присутствует сила, если есть четыре фактора. Тогда при чтении большого количества мантр их сила становится все больше и больше. Кроме того, у каждой мантры есть своя цель.

Например, мантра ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ – для накопления заслуг и сострадания, при начитывании этой мантры вы становитесь добрее. Сила мантры Далай-ламы приносит удачу. При начитывании этой мантры удача придет к вам сама собой, чего бы вы ни пожелали, все придет к вам. Вы можете встретить знакомого человека, который является начальником, а вы как раз ищите работу, и он вас возьмет к себе на работу, вы сразу получите работу. Когда есть удача, то у вас есть сила, встречаются именно те люди, которые необходимы вам в данный момент. Некоторые люди имеют диплом, имеют знания, но не имеют удачи. Всю жизнь они стараются, стараются, но ничего не получается. Поэтому нужно создавать причины для получения удачи. Мантра Манджушри – для увеличения мудрости. Мантра Ваджрапани – для увеличения вашей жизненной силы. У каждой мантры есть свои качества.

Итак, первый фактор для увеличения силы мантры – вам необходимо получить чистую передачу мантры. Завтра состоится благословение Белой Тары, и я дам вам передачу мантр. Получайте передачу мантр снова и снова и ваша передача мантр будет становиться все глубже и сильнее. Каждый раз, когда Его Святейшество Далай-лама дает передачу мантр, я с радостью их получаю. Моя передача мантр становится все крепче и крепче, сильнее и сильнее. Вы так же поступайте. Некоторые люди получают передачу мантр в течение десяти, пятнадцати лет, так корень вашей передачи мантр становится все глубже. Посмотрите на дерево, какой у него корень. Кто получал мантры в течение пятнадцати лет, у того корню пятнадцать лет, а кто получил передачу мантры один раз, у того однолетний корень, очень слабый. У некоторых высоких мастеров корень передачи мантр имеет тысячу или две тысячи лет, их ум отражает это, и это невероятно крепкий корень. Чтение одной мантры такого человека имеет невероятную силу, потому что корень очень сильный, у него две тысячи лет. Такие люди из жизни в жизнь получают передачу мантр, две тысячи лет, три тысячи лет, некоторые тибетские ламы получали передачу от Будды, и каждое свое перерождение также получали мантры, поэтому чтение мантр такими мастерами имеет невероятно большую силу, потому что корню передачи мантр две с половиной тысячи лет. Итак, это первый фактор – передача мантры, и здесь вам необходимо получать передачу мантры от подлинного духовного наставника по непрерывной линии преемственности. Миларепа говорил, что если вы начитываете мантры, не получив передачу, это все равно, что выжимать масло из песка, вы не сможете из него выжать масло.

Далее второй фактор. Когда вы читаете мантры, доброе сердце совершенно обязательно. Даже если вы получили передачу мантр, но начитываете мантры с эгоистичным умом без доброты, то в этом случае мантры не будут иметь силы. Итак, второе – вам необходимо начитывать мантры с добротой, с сильными чувствами любви и сострадания, тогда мантры будут более мощными.

Далее третий фактор – это вера. Вера в силу мантры очень важна. В особенности в практике тантры вера совершенно необходима, без веры вы не можете практиковать тантру. Без веры – как без земли, на которой вы можете что-то построить. Когда Атиша пришел в Тибет, люди обращались к нему с просьбой передать учение, и он отвечал им на это, что сначала развеите веру, и тогда я смогу вам передать учение. Различают разные виды веры. Здесь мы говорим о вере в силу мантры. Если у вас есть вера в силу мантры, то мантра становится более мощной. Даже ученые в наши дни говорят то же самое. Они проделывали такие эксперименты в Европе. Они не верят в духовную область, но при этом говорят, что вера играет очень важную роль. Во время экспериментов они приносили обычную воду в церковь, и потом эту освященную воду применяли в лечении болезней. Люди брали эту воду из церкви, и с большой верой в то, что вода им поможет вылечиться, пили эту воду. Потом они сдавали анализы, по которым было видно, что эта вода им помогает. Люди удивляются этому, но когда они пьют святую воду, они вылечиваются от своих болезней. Ученые говорят, что это не вода вылечивает людей, а их вера вылечивает болезни. Даже наука это доказала. Даже если простую воду пить с верой, то она лечит. А если эта вода святая, то эффект еще сильнее. Если начитывать мантру с верой, но не имея передачи, то она немного обретет силу, а если с верой начитывать мантру с передачей, то она обретает очень большую силу. Так, вера в силу мантры очень важна, вам нужно говорить, что та мантра, которую я начитываю, обладает невероятной силой, и пусть эта сила станет источником счастья для всех живых существ. Не для того чтобы хвалиться силой, а пусть мантра обретет силу ради освобождения всех живых существ, чтобы стало меньше болезней в мире людей, ради гармонии. Это прямо или косвенно будет помогать. Это третий фактор – вера. Какой бы практикой вы ни занимались, вам важна такая сильная нерушимая вера.

Что касается веры, то есть одна опасность: если вы продвигаетесь в ложном направлении, тогда вера может быть опасна. Если вы знаете, что ваше направление правильное, то в этом случае, даже если у вас нет детального понимания, это не имеет значения. Например, если я полагаюсь на неправильного врача, принимаю неправильное лечение, то это ошибка. Я всегда полагаюсь на достоверную больницу, достоверных врачей, которые мне подробно объясняют, что если я буду неправильно пить лекарства, то я умру. Тогда я уверен, что врач знающий, и все лекарства мне принесут только пользу. Я не знаю детально, как лекарства мне помогают, но я верю в то, что пройдя полный курс лечения, я получу пользу. Сразу всех слушать, что говорят, – это опасно. Вначале узнайте, правильное это лечение или неправильное. Когда вы проработаете этот вопрос, но не сможете все понять в полноте, вам нужно обрести веру в данное лечение. У вас, русских людей, есть такая слабая сторона: когда нужно верить во что-то полезное для вас, вы очень тяжело в это верите, а когда не нужно верить, то вы легко верите. Здесь нет логики. Сначала я думал о русских людях, что у них сильная логика, поскольку они сразу не верят, но потом я посмотрел и увидел, что в жизни люди легко верят в ложь, их легко обмануть. Где логика? Почему вас легко обмануть? Потому что в жизни вы легко верите людям, которым вы не должны верить, тем, кто говорит вам красивые слова, что вы очень хороший, умный человек, вы сразу взлетаете, и сразу верите им. В итоге вы теряете все ваши деньги. Возьмем, к примеру, компанию «МММ». Туда вступало очень много умных людей. Когда вы испытываете алчность, вы закрываете глаза и верите. Я видел статью, где написано, что люди приходили к владельцу «МММ» в тюрьму и говорили, что он хороший человек, а государство ему мешает, он добрый человек, они верят ему. После того как он вышел из тюрьмы, люди опять

вкладывают деньги в «МММ», где ваш логический ум? Итак, во что вам следует верить, вам поверить сложно, будто бы вы очень много потеряете от этого. Я вам столько лет говорю, говорю, и вы, наконец, соглашаетесь: «Ладно, Геше-Ла, вам я немного верю». А я говорю вам полезные вещи. «МММ» говорит вам два слова, и вы сразу верите. Я долгое время говорю вам, что на сто процентов есть следующая жизнь, что существует закон кармы, а вы еле-еле соглашаетесь, что, наверное, Геше-Ла прав, наверное, все это есть. Что для вас полезно, в это вы еле-еле верите мне, я говорю вам: «Спасибо большое, в конце концов, вы немного мне верите». Это человеческие слабости: то, во что нам следует верить, в это нам поверить очень трудно.

И далее четвертый фактор. Когда вы читаете мантры, только веры, только доброты и только чистой передачи недостаточно. Вам нужно начитывать мантры так, чтобы ум не блуждал здесь и там. Поэтому начитывание мантры само по себе является медитацией. Вначале читайте молитву, визуализируйте Поле заслуг, это то, что мы читаем с вами в ежедневной молитве, далее переходите к начитыванию мантр, и без блуждания ума однонаправленно сосредоточьтесь, визуализируйте свет и нектар, который вас очищает. Такую практику вам нужно выполнять каждый день, а не так, что вы говорите, что я эту практику закончил, а теперь нужно перейти к более высокой практике. Когда вы достигнете реализации союза ясного света и иллюзорного тела, то в этот момент говорится, что начитывание мантры мешает в пребывании в ясном свете. Тогда мастера говорят: «Не совершайте физической и вербальной практики, а выполняйте только ментальную практику». Но это очень высокий уровень. Если вам какой-то мастер скажет, что вам не нужно выполнять физическую и вербальную практику, а нужно выполнять только ментальную практику, то это будет заблуждением. Он будет вам вредить, он вам не будет помогать. У вас нет бодхичитты, отречения, у вас нет мудрости, познающей пустоту, ясный свет и иллюзорное тело от вас далеко, но вам будут говорить, что нужно заниматься только ментальной практикой, только пребывать на ясном свете, – это вас обманывают. Это будет увеличивать ваше эго, вы будете думать, что вы делаете высокую практику, а все остальное – это низший уровень. Низшего уровня не бывает, на каждом уровне нужно заниматься соответствующей практикой.